

---

# FÖRÄLDRA- MÖTE P-09

---

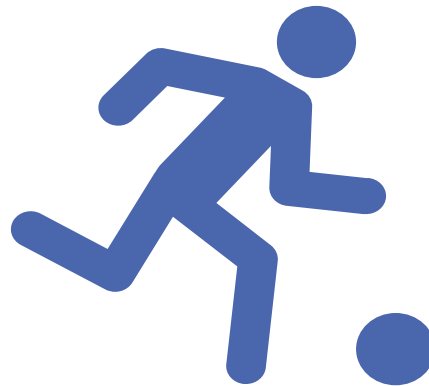
**SÄSONGEN 2023**



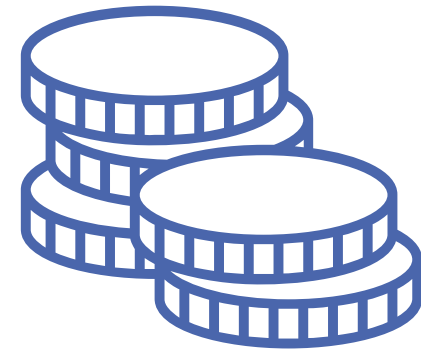
# OM IDAG



**SÄSONGENS FOKUS**



**SÄSONGENS  
UPPLÄGG**



**LAGKASSA &  
EKONOMI**

Go to [www.menti.com](http://www.menti.com) and use the code **8315 8897**

Mentimeter









# VARFÖR TRÄNAR DU FOTBOLL?



14  
User icon





| <b>VISION:</b><br><b>NÄR VI TRÄNAR</b><br><b>TILLSAMMANS</b><br><i>(MATCH I KURSIVT)</i> | <b>KÄNNA</b><br>   | <b>SE</b><br>  | <b>HÖRA</b><br>   | <b>GÖRA</b><br>  |
|--|--|--|--|--|
|          | <p>GLADA, HA ROLIGT, BRA STÄMNING &amp; KÄNNS SIG SOM EN I GÄNGET</p> <p>ENERGI AV VARANDRA, PEPPIGT, "JAG BEHÖVS I DET HÄR LAGET"</p> <p>ÖPPENHET, VÅGA SÄGA VAD MAN TÄNKER</p> <p>UTMANANDE, ANSTRÄNGT OSS</p> <p>VÅGA FINTA OCH FÖRSÖKA NYA GREJER</p> <p><i>INTE VIKA NER SIG NÄR DET ÄR MATCH ELLER NÄR VI LIGGER UNDER, VI BACKAR UPP VARANDRA</i></p> | <p>LER OCH ÄR GLADA, ÄR TILLSAMMANS INNAN TRÄNINGEN BÖRJAR (RING, SKJUTER PÅ SAMMA MÅL)</p> <p>PEPP TILL VARANDRA, KLAPP PÅ AXELN, KLAPPA HÄNDERNA "KOM IGEN", ENERGISK KROPPSSPRÅK</p> <p>SER ATT VI ANSTRÄNGER OSS, ÄR TRÖTTA,</p> <p>VI VÅGAR/FÖRSÖKER OCH "MISSLYCKAS" IBLAND, PEPPA NÄR NÅGON "MISSAR",</p> <p><i>STENHÅRT I NÄRKAMPER, KÄMPAR FÖR VARANDRA</i></p> | <p>HÄLSAR PÅ VARANDRA, SKRATTAR IBLAND</p> <p>HÖRA PEPPNINGAR</p> <p>VISA KÄNSLOR, "JAG VILL LYCKAS"</p> <p>KOMMUNICERA MED VARANDRA I SPEL OCH ÖVNINGAR FÖR ATT HJÄLPA, FRÅGA VARANDRA OM MAN UNDRAR NÅGOT,</p> <p>"BRA FÖRSÖK"</p> <p><i>HEJAROP NÄR VI GÅR IN I NÄRKAMPER OCH KÄMPAR HÅRT</i></p> | <p>VARA SCHYSSTA, KOMMA PÅ TRÄNINGAR, KOLLA MED ALLA NÄR MAN SKA PÅ IP</p> <p>HJÄLPA VARANDRA BLI BÄTTRE, KÄMPA, GÖRA SITT BÄSTA ALLTID, LYFTA VARANDRAS STYRKOR, VARA FÖRBERED TILL TRÄNING</p> <p>VARA ÖPPNA MED VARANDRA</p> <p>TRÄNA PÅ DET VI VILL BLI BÄTTRE PÅ</p> <p><i>SPELA PÅ ÄVEN OM MAN ÄR IRRITERAD, STÄLLA UPP FÖR VARANDRA, BACKA UPP VARANDRA</i></p> |
|        | <p>DÅLIG STÄMNING, GNÄLLIGT</p>  | <p>HUVUDEN NERE, TJAFS</p>   | <p>GNÄLL, KLAGA</p>  | <p>SKIPPA TRÄNING FÖR ATT DET REGNAR ELLER TV-SPEL</p>   |

# LEDARNAS MÅLSÄTTNINGAR

- **VI SKA ANVÄNDA LAGETS VISION**

| VIHON!<br>NÅR VI TRÄNAR<br>TILLSAMMAN<br>(MATCH / ÖVNING)                                     | KÄNNA  | SE                                       | HÖRA  | GÖRA  |
|---|--|--|---|---|
| BLIDA, HA RODET BRA<br>STÄMMING & KÄNS SIG SOM<br>EN GENGIST                                  | LER OCH ÄR GLADA,<br>ÄR TILLSAMMANS INNAN<br>TRÄNINGEN BÖRJAR (SING,<br>SKUTER PÅ SAMMA MÅL) | ÅLSKAR PÅ VARANDRA,<br>SKATTAR IBLAND    | HÖRA PEPPNINGAR   | VARA SCHYSSTA, KOMMA PÅ<br>TRÄNINGAR, KOLLA MED ALLA<br>NÄR MAN SÅR PÅ P  |
| ENERGI AV VARANDRA,<br>PEPPIGT "SAG BEHOVS I DET<br>HÄR LAGET"                                | PEPP TILL VARANDRA, KLAPP<br>PÅ KEDEL, KLAPP HÄNDERNA<br>"KOM HÄR" ENERGISK<br>KROPPSPÅRE    | VISA KÄNLOR, "SAG VILL<br>DU SÅ"         | HÖRA PEPPNINGAR   | HJÄLPA VARANDRA BLI BÄTTRÉ,<br>KÄMPA, GÖRA SITT BÄSTA<br>JUTRO, LYTTA VARANDRAS<br>STYRKOR, VARA FÖRBÄKED TILL<br>TRÄNING |
| ÖPPENHET, SÄGA SÄGA VAD<br>MAN TÄNKER   | UTMANNANDE, ANSTRÄNGT OCH<br>VÅGA FINTA OCH FÖRSÖKA NÄR<br>GREIER                            | SKA ATT VI ANSTRÄNGER OSS,<br>ÄR TRÖTTA, | KOMMUNICERA MED<br>VARANDRA I SPEL OCH<br>ÖVNINGAR FÖR ATT HJÄLPA,<br>FRÅGA VARANDRA OM MAN<br>UNDRAR NÅGOT | VARA ÖPPNA MED VARANDRA<br>TRÄNA PÅ DET VI VILL BLI<br>BÄTTRÉ PÅ  |
| INTE VISA NER SIG NÄR DET ÄR<br>MÅLTVILLIG NÄR VI LUGGER<br>UNDRE, VI BACKAR LUPP<br>VARANDRA | VI VÅGAR/FÖRSÖKER OCH<br>"MISSTROSKA" IBLAND, PEPPA<br>NÄR NÅGON "MISSTROSK"                 | SKA ATT VI ANSTRÄNGER OSS,<br>ÄR TRÖTTA, | "BÅA FÖRSÖK"  | SPELA PÅ ÄVEN OM MAN ÄR<br>IRRITERAD, STÄLLA LUPP FÖR<br>VARANDRA, BACKA LUPP<br>VARANDRA                                 |
| DÄLS STRÄNING, GNÄLLIGT   | HUVADEN NERE, DAFS   | HUVADEN NERE, DAFS                       | GNÄLL, KLAGA  | SKIPPA TRÄNING FÖR ATT DET<br>REGNAR ELLER TV-SPEL  |

- **VI SKA HA HÖGRE TRÄNINGSNÄRVARO ÄN SPELARNNA DENNA SÄSONG**

- **VI SKA ERBJUDA UTVECKLANDE OCH ROLIGA TRÄNINGSOCH MATCHMILJÖER**

# SÄSONGSUPPLÄGG

---

## **FYRA TRÄNINGSPASS VECKAN (MÅ, TI, TO, FR)**

- SPELARNA ANMÄLER SJÄLVA NÄRVARO/FRÅNVARO
- INDIVIDUELLT TRÄNINGSPRIS


## **1-2 MATCH VARJE HELG**

- EGNA MATCHTRÖJOR DENNA SÄSONG

## **SOMMARUPPEHÅLL?**



# TRÄNINGSPRIS

Sön 16 09:30  Kick-off

Mån 17

Tis 18 18:00  Träning ✓

Ons 19 18:30  Träning ✓

Tor 20 18:00  Träning ✓

Fre 21

Lör 22

Sön 23

Mån 24

Tis 25 18:00  Träning ✓

Ons 26 18:30  Träning ✓

Tor 27 18:00  Träning ✓

Fre 28



NY  
UTLOTTNING  
VARANNAN  
VECKA







# **SPEL PÅ STOR 9 MOT 9**

---



# SERIESPEL GRUPP B P14 (09)

(14 MATCHER)



Boden

Råneå

Kalix

Älvsbyn



Luleå



*Bottenviken*



Piteå



*Bottenviken*

# COOP NORRBOTTEN CUP

---

## GRUPPSPEL

- SVARTBJÖRNSBYNS IF (HEMMA)
- BODENS BK (HEMMA)
- GÄLLIVARE SK (BORTA)

*2 AV 4 LAG GÅR VIDARE*





# CUPER

---

- **NYHLÉNS HUGOSSONS CUP (ALVIK) 13-14 MAJ**
- **PITEÅ SUMMER GAMES 30 JUNI – 2 JULI**
- **GAMMELSTADS IF CUP 5-6 AUGUSTI**
- **NORTHERN ELITE TROPHY? (VI HAR ANMÄLT INTRESSE)**

**2024 GOTHIA CUP!**